

各校学 校 長 様  
各校陸上競技部監督 様

道南陸上競技協会  
理事長 岩上 公作  
強化委員長 川合 耕司

## 12月道南陸協冬季強化練習会開催のお知らせ

向寒の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。また、日頃より当協会の諸活動にご理解とご協力を頂いておりますことに対し心よりお礼申し上げます。

さて、12月の強化練習会を下記の日程で行います。練習会を行い道南全体でのレベルアップを図る機会を設けることができる運びとなりました。来年度への大きなステップになるよう切磋琢磨できる機会にしたいと考えております。つきましては、ご参加頂きますようよろしくお願い申し上げます。

### 記

#### 1. ①②日時・③練習会場・④対象選手

<b>短距離</b> 八雲中久保田先生（男子） 知内中湍谷先生（女子） ①12月6日・7日 ②男子9：00～11：30 女子14：00～16：30 ③千代台雨天走路 ④令和7年度の全道規模の大会（新人戦含）に短距離個人種目で出場権を獲得した生徒	<b>長距離</b> rabbitTC 尾形先生を中心に ①12月6日・7日 ②9：30～12：00 ③千代台競技場外周（招集所付近集合） ④高校：令和7年度の全道規模の大会（新人戦含）に長距離個人種目で出場権を獲得した生徒 中学：男子1500m5分00秒 女子800m2分40秒突破者または、令和7年度の全道規模の大会（新人戦含）に長距離個人種目で出場権を獲得した生徒	<b>競歩</b> 大妻高校金澤先生 ①12月6日・7日 ②9：00～12：00 ③大妻高校（廊下） ④誰でも参加可能 挑戦したい人、興味のある人、新たな種目を開拓したい人など、たくさんのご参加お待ちしております
<b>投擲</b> 亀田中奥田先生を中心に ①12月6日・7日 ②14：00～17：00 ③上磯中学校体育館 ④令和7年度の全道規模の大会（新人戦含）に投擲種目で出場権を獲得した生徒	<b>跳躍</b> 知内高佐藤先生（走幅跳） 七飯高京谷先生（走高跳） 落部中柳谷先生（棒高跳） ①12月6日・7日 ②14：00～17：00 ③上磯中学校体育館 ④令和7年度の全道規模の大会（新人戦含）に跳躍種目で出場権を獲得した生徒（※棒高跳は誰でも参加可能）	<b>障害</b> 七飯中山本先生を中心に ①12月6日・7日 ②14：00～17：00 ③上磯中学校体育館 ④誰でも参加可能 挑戦したい人、興味のある人、新たな種目を開拓したい人など、たくさんのご参加お待ちしております

※上磯中学校体育館は、体育館玄関をご利用ください。

※千代台の利用の際は送迎に関わる短時間の駐車であっても、駐車場をご利用ください。

（市民プールにて駐車場2時間無料の機械を押すことができます。申し訳ございませんが、ご理解とご協力をお願いいたします。）

2. 持ち物 練習ができる服装・上靴・アップシューズ・着替え・タオル・ウインドブレーカー・飲料水・投擲は投擲物（メディシンボール、室内砲丸等含む）

3. その他 ①申し込みについては、12月2日（火）までに別紙に必要事項を記載して、下記連絡先へメールにて申し込んでください。エクセル形式でのデータを送信ください。

②本練習会は、ケガに対して応急手当までの処置は致しますがそれ以降につきましては各自の責任で対応してください。

連絡先	八雲町立八雲中学校	久保田 孝平
TEL	0137-63-2103	メール shhhhhhhhhf@gmail.com